

Svjetsko prvenstvo u Brazilu

Gledajte — 1. razina, primijenite uobičajene mjere opreza

Početak prikazivanja: 11. ožujka 2014.

Osim ako se drukčije ne navede, URL-ovi navedeni na ovoj stranici dostupni su samo na engleskom jeziku.



The Fédération Internationale de Football Association's (FIFA) Svjetsko prvenstvo je nogometni turnir koji se održava svake četiri godine s natjecateljskim ekipama iz cijelog svijeta. Svjetsko prvenstvo 2014. godine održat će se od 12. lipnja do 13. srpnja 2014. u dvanaest brazilskih gradova.

Ako planirate putovati u Brazil na FIFA Svjetsko prvenstvo 2014., postupite prema sljedećim uputama kako biste sačuvali zdravlje i sigurnost.

Što putnici mogu učiniti da se zaštite?

Prije putovanja:

- Pogledajte Zdravstvene informacije CDC-a za putnike za Brazil na adresi wwwnc.cdc.gov/travel/destinations/traveler/none/brazil.
- Zakažite liječnički pregled najmanje 4-6 tjedana prije odlaska na put. Sa svojim liječnikom ili medicinskom sestrom razgovarajte o cjepivima i lijekovima koji se preporučuju za Brazil.

- o CDC preporuča svim putnicima da se informiraju o rutinskim cjepivima, uključujući cjepivo protiv ospica-zaušnjaka-rubeole (MMR), difterije-tetanusa-hripavca, varicele (vodenih kozica), poliomijelitisa i gripe.
- o Ostala preporučena cjepiva mogu uključivati cjepiva protiv hepatitisa A, tifusa, hepatitisa B, žute groznice i bjesnoće.
- o Možda se preporuča lijek protiv malarije i putne dijareje.
- o Pogledajte Internet stranicu Find a Clinic (wwwnc.cdc.gov/travel/page/find-clinic) za pomoć pri nalaženju obližnje liječničke ordinacije za putnike. Osim toga, Međunarodno društvo za putnu medicinu ima Globalni direktorij putnih ambulanti na adresi www.istm.org/WebForms/SearchClinics/Default.aspx?SearchType=Advanced.
- Razmislite o kupovini putnog osiguranja i osiguranja za medicinsku evakuaciju.
- Ponesite sa sobom putni paket s medicinskim potrepštinama (wwwnc.cdc.gov/travel/page/pack-smart).
- Vodite računa o putnim upozorenjima i čitajte putne savjete američkog Ministarstva vanjskih poslova (<http://travel.state.gov/content/passports/english/alertswarnings.html>).
- Uključite se u program Smart Traveler Enrollment Program (za državljane SAD-a) na adresi <http://travel.state.gov/content/passports/english/go/step.html>.
- Ostavite kod kuće primjerak svojeg putnog plana, kontakt podatke, kreditne kartice i kopiju putovnice.

Za vrijeme puta:

- **Pratite sigurnosne smjernice.** Putnici iz SAD-a mogu biti meta kriminalaca za vrijeme velikih sportskih događaja.
 - o Ako možete, nemojte putovati noću, izbjegavajte sumnjiva područja i putujte u društvu.
 - o Ako pijete alkohol, činite to umjereno. Pijani ljudi lakše ozljeđuju sebe ili druge, sudjeluju u rizičnim spolnim odnosima ili bivaju uhićeni.
 - o Nosite fotokopiju svoje putovnice i ulaznog žiga; ostavite pravu putovnicu spremljenu u svojem hotelu.
 - o Imajte sa sobom kontakt podatke najbližeg veleposlanstva ili konzulata SAD-a u Brazilu (http://travel.state.gov/content/passports/english/country/brazil.html#more_embassies) i brojeve lokalnih hitnih službi: 190 (policija), 192 (hitna pomoć) i 193 (vatrogasci). Ovi hitni lokalni brojevi dostupni su samo na portugalskom jeziku.
 - o Poštujte sve lokalne zakone i društvene običaje.

- o Nemojte nositi skupu odjeću i nakit.
- o Uvijek držite vrata hotelske sobe zaključanima i čuvajte vrijedne predmete na sigurnim mjestima.
- o Po mogućnosti izaberite hotelske sobe od drugog do šestog kata. Soba na prvom katu hotela može značiti lakši pristup kriminalcima. Iz soba na sedmom katu i više teže je pobjeći u slučaju požara.

• **Poštujte smjernice za sigurnost hrane i vode:** Uzimanje zagađene hrane, vode i pića može uzrokovati bolesti poput hepatitisa A, tifusa i putne dijareje.

- o Jedite meso, ribu, jaja i povrće koje je do kraja kuhano i posluženo vruće.
- o Jedite samo voće koje ste oprali u čistoj vodi ili sami ogulili.
- o Izbjegavajte nepasterizirano mlijeko i mliječne proizvode.
- o Izbjegavajte nekuhano povrće (poput salata i salse).
- o Izbjegavajte hranu od uličnih prodavača.
- o Uzimajte pića u hermetički zatvorenim bočicama (vodu, gazirana pića, sportska pića) ili koja su kuhana (vruća kava i čaj).
- o Izbjegavajte pića iz fontane i led u pićima.

• **Spriječite ugrize komaraca i koristite sredstva za odbijanje insekata:** Bolesti koje uzrokuju komarci poput malarije, denga groznice i žute groznice učestalo se pojavljuju u cijelom Brazilu.

- o Prekrijte kožu odjećom s dugim rukavima, dugačkim hlačama i kapama.
- o Na otvorenu kožu primijenite sredstvo za odbijanje insekata.
- o Razmislite o odjeći i opremi tretiranoj permetrinom (npr. čizme, hlače, čarape i šatori). Odjeću i opremu možete kupiti već tretiranu ili je možete sami tretirati.
- o Boravite i spavajte u zamračenim ili klimatiziranim prostorima ili koristite mrežu za krevet ako je mjesto gdje spavate na otvorenom.
- o Možda ćete trebati uzeti propisani lijek za zaštitu od malarije ili primiti cjepivo protiv žute groznice. Razgovarajte s liječnikom ili medicinskom sestrom o preventivnim koracima koji su odgovarajući za vas. (Vidi kućicu dolje.)

Informacije o žutoj groznici i malariji za Brazil

Cjepivo protiv žute groznice

Zahtjevi: Nema

Preporuke:

- Preporučuje se za sve putnike u dobi od ≥ 9 mjeseci koji putuju u sljedeća područja: cijelo područje država Acre, Amapá, Amazonas, Distrito Federal (uključujući i glavni grad Brasília), Goiás, Maranhão, Mato Grosso, Mato Grosso do Sul, Minas Gerais, Pará, Rondônia, Roraima, Tocantins i naznačena područja u sljedećim državama: Bahia, Paraná, Piauí, Rio Grande do Sul, Santa Catarina i São Paulo (država). Cijepljenje se preporuča i za putnike u Iguassu Falls. Napominjemo da je brazilsko Ministarstvo zdravlja 2011. godine proširilo popis općina u kojima je preporučeno cijepljenje protiv žute groznice u 4 jugoistočne države São Paulo, Paraná, Santa Catarina i Rio Grande do Sul.
- Ne preporuča se za putnike s rutom putovanja ograničenom na područja koja nisu prethodno navedena, uključujući gradove Fortaleza, Recife, Rio de Janeiro, Salvador i São Paulo.
- Vidi kartu 3-17 na wwwnc.cdc.gov/travel/yellowbook/2014/chapter-3-infectious-diseases-related-to-travel/yellow-fever#4274.
- Za dodatne informacije, pogledajte preporuke za cijepljenje brazilskog Ministarstva zdravlja po općini i državi na adresi wwwnc.cdc.gov/travel/pdf/yellow-fever-vaccine-recs-brazil-2014.pdf.

Malarija

Područja zahvaćena malarijom: Države Acre, Amapá, Amazonas, Mato Grosso, Maranhão, Para, Rondonia, Roraima i Tocantins. Prisutna je i u gradskim područjima uključujući gradove Belem, Boa Vista, Macapa, Manaus, Maraba, Porto Velho i Santarem. U Iguassu Falls bolest se ne prenosi.

Procijenjeni relativni rizik obolijevanja od malarije za putnike iz SAD-a: Nizak.

Otpornost na lijekove: Klorokin (odnosi se na *P. falciparum* malariju).

Vrste malarije: *P. vivax* 85%, *P. falciparum* 15%.

Preporučena kemoprofilaksa: Atovanok-proguanil, doksicilin ili meflokin.

- **Postupite prema smjernicama za vruće klime:** Za vrijeme sportskih događaja uobičajena je dehidracija i bolesti povezane s vrućinom.

- Pijte mnogo vode (u bočicama)!

- Održavajte svježinu noseći komotnu, laganu, svijetlu odjeću i zadržavajući se u hladu.
- Nosite kapu, sunčane naočale i zaštitu od sunca (s faktorom od najmanje 15 SPF i zaštitu od UVA i UVB).
- **Izbjegavajte plivanje u slatkoj vodi — jezerima i rijekama.** Shistostomijaza je parazitska infekcija koja se može proširiti u slatkoj vodi i uzrokovati ozbiljne zdravstvene probleme.
- **Smanjite rizik od spolno prenosivih bolesti (eng. sexually transmitted diseases - STDs):** Tijekom slavlja ljudi mogu poticati turiste na rizičan seks, pogotovo ako su prisutni alkohol ili droge. Kod svakog spolnog odnosa koristite kondom. Nosite kondome koje ste kupili kod pouzdanog dobavljača.
- **Birajte siguran prijevoz: Sudari motornih vozila su ubojica br. 1 zdravih državljana SAD-a u inozemstvu.** Poduzmite sljedeće korake kako biste sveli na minimum rizik od ozljeđivanja u sudaru:
 - Uvijek vežite sigurnosni pojas i djecu stavljajte u stolice za prijevoz djece.
 - Po mogućnosti izbjegavajte vožnju automobilom noću.
 - Nemojte voziti motocikle. Ako vozite motocikl, nosite kacigu.
 - Prije sjedanja za volan upoznajte se s lokalnim prometnim zakonima.
 - Ne pijte dok vozite.
 - Vozite se samo označenim taksijima koji imaju sigurnosne pojaseve.
 - Izbjegavajte pretrpane, preteške ili povišene autobuse i kombije.
 - Pazite kad prelazite cestu.
- **Umanjite svoju izloženost bacilima:** Često perite ruke te izbjegavajte kontakt s bolesnim ljudima. Pratite ove savjete kako bi izbjegli dobivanje bolesti ili širenje bolesti na druge dok putujete:
 - Često perite ruke, osobito prije jela.
 - Ako nema sapuna i vode, perite ruke dezinficijensom (koji sadrži barem 60% alkohola).
 - Ne dodirujte oči, nos i usta. Ako morate dodirivati svoje lice, pobrinite se da su vam ruke čiste.
 - Kad kašljete ili kišete, pokrijte usta i nos maramicom ili rukavom (ne rukama).
 - Pokušajte izbjeći kontakt s bolesnim ljudima.

- o Ako ste bolesni, ostanite kući ili u hotelskoj sobi, osim ako vam nije potrebna liječnička pomoć.

• Ako ste bolesni za vrijeme puta —

- o Pričajte s liječnikom ili medicinskom sestrom ako se osjećate jako loše, osobito ako imate vrućicu.
- o Izbjegavajte kontakt s bolesnim ljudima.
- o Sljedeći resursi pružaju popis liječnika i klinika koje se brinu za putnike:
 - Joint Commission International (www.jointcommissioninternational.org). Web stranica je dostupna na nekoliko jezika; odaberite jezik u gornjem lijevom kutu stranice.
 - Osim toga, Međunarodno društvo za putnu medicinu ima Globalni direktorij putnih ambulanti na adresi www.istm.org/WebForms/SearchClinics/Default.aspx?SearchType=Advanced
 - Međunarodna udruga za medicinsku pomoć putnicima (eng. International Association for Medical Assistance to Travelers (www.iamat.org)). Članstvo je obavezno, ali se ne plaća.

Nakon vašeg puta:

- Ako se ne osjećate dobro nakon putovanja, možda morate posjetiti liječnika. Recite mu/joj o vašem putovanju, uključujući i mjestima na kojima ste bili i što ste radili. Također recite liječniku ako vas je na putovanju ugrizla ili ogrebla životinja.
- Pogledajte Internet stranicu Find a Clinic (wwwnc.cdc.gov/travel/page/find-clinic) za pomoć pri pronalasku liječničke ordinacije za putnike. Osim toga, Međunarodno društvo za putnu medicinu ima Globalni direktorij putnih ambulanti na adresi www.istm.org/WebForms/SearchClinics/Default.aspx?SearchType=Advanced.
- Ako vam liječnik prepíše lijekove protiv malarije za putovanje, nastavite s uzimanjem tablete i nakon povratka kući. Ako prebrzo prestanete uzimati lijekove, možete se razboljeti.
- **Malarija je uvijek ozbiljna bolest te može biti smrtonosna.** Ako dobijete vrućicu dok putujete kroz područje u kojem postoji rizik od malarije ili nakon povratka kući (do 1 godine), morate zatražiti **hitnu** medicinsku pomoć i morate reći doktoru o svojoj povijesti putovanja.